THOMSON

MODE D'EMPLOI

AUTOCUISEUR ELECTRIQUE

Réf. THPS06528

Lire attentivement la notice avant toute utilisation.

CE

Ce produit est conforme aux exigences imposées par les directives 2006/95/CE (abrogeant la directive 73/23/CEE modifiée par la directive 93/68/CEE) et 2004/108/CE (abrogeant la directive 89/336/CEE)

PRÉCAUTIONS IMPORTANTES

Lorsque vous utilisez des appareils électriques, des précautions élémentaires de sécurité doivent toujours être respectées, notamment les suivantes :

1. LISEZ TOUTES LES INSTRUCTIONS AVANT D'UTILISER L'APPAREIL
2. Les enfants doivent toujours être surveillés par un adulte lorsqu'ils utilisent l'appareil ou lorsque l'appareil est utilisé à leur proximité.
3. Gardez l'autocuiseur hors de portée des enfants
4. Ne touchez pas les surfaces chaudes. Utilisez les poignées ou boutons.
5. Utiliser des accessoires qui ne sont pas recommandés ou vendus par le fabricant peut entraîner des risques.
6. Ne faites pas fonctionner l'appareil si le cordon ou la fiche est endommagée. Si l'appareil ne fonctionne pas comme il se doit, a subi une chute ou est endommagé, a été laissé à l'extérieur ou est tombé dans l'eau, ne l'utilisez pas et retournez-le au fabricant pour entretien et

remplacement ou réparation.
7. Ne laissez pas le cordon pendre sur le bord d’une table ou d’un comptoir, ou entrer en contact avec des surfaces chaudes.
8. Assurez-vous que l'appareil est éteint avant de le débrancher de la prise murale.
9. Débranchez-le toujours avant de le nettoyer et d'enlever les pièces.
10. Pour usage intérieur uniquement.
11. Ne le placez pas près d'un brûleur à gaz ou électrique.
12. Ne couvrez pas l'appareil ou ne le mettez pas près de matériaux inflammables, notamment les rideaux, tentures, murs et analogues quand il est en fonctionnement.
13. Utilisez-le toujours dans un endroit bien aéré.
14. Pour vous protéger des chocs électriques, ne plongez pas la fiche, le cordon ou le boîtier dans l'eau ou tout autre liquide.
15. Gardez vos mains et votre visage à l'écart du bouton régulateur de pression lorsque vous relâchez la pression.
16. Après la cuisson, soyez très prudent lorsque

vous retirez le couvercle. La vapeur à l'intérieur de l'appareil peut provoquer des brûlures graves.

17. N'enlevez jamais le couvercle lorsque l'appareil est en marche.
18. Ne l’utilisez pas sans la marmite de cuisson amovible en place.
19. Ne couvrez pas les soupapes de pression avec n'importe quoi. Une explosion pourrait se produire.
20. N’essayez pas de déloger les aliments lorsque l'appareil est branché.
21. Les aliments tels que la compote de pommes, canneberges, orge perlé, flocons d'avoine ou autres céréales, pois cassés, nouilles et pâtes ou rhubarbe ne doivent pas être cuits sous pression dans l'autocuiseur. Ces aliments ont tendance à mousser, écumer et crépiter et peuvent bloquer la soupape flottante.
22. Pour réduire le risque de choc électrique, cuisinez dans la cuve amovible.
23. N'utilisez pas de rallonge électrique avec cet autocuiseur. Toutefois, si une rallonge électrique est utilisée, elle doit avoir une puissance nominale

égale ou supérieure à la capacité nominale de cet appareil.

24. L'autocuiseur est uniquement destiné à un usage domestique.
25. L'autocuiseur ne doit pas être utilisé à d’autres fins que celles prévues.
26. Faites très attention lorsque vous déplacez tout appareil contenant des aliments chauds ou liquide.
27. L’entretien ou les réparations doivent être effectués par un technicien qualifié.
28. L'autocuiseur possède une fiche polarisée CA (courant alternatif) (une des lames est plus large que l'autre). Cette fiche s'adapte d'une seule façon dans une prise de courant polarisée, par mesure de sécurité. Inversez si la fiche n'entre pas complètement dans la prise. Contactez un électricien qualifié si elle ne rentre toujours pas. N’essayez pas de forcer cette fonctionnalité de sécurité.
29. Avertissement : ne faites jamais de bain de friture ou friture à la pression dans l'autocuiseur. Ceci est dangereux et peut provoquer un incendie

et de graves dommages.

30. Cet appareil ne doit pas être utilisé par les enfants. Conserver l'appareil et son câble hors de portée des enfants.

31. Cet appareil est conçu pour être utilisé dans les applications domestiques et analogues, telles que :

– les cuisines du personnel dans les magasins, bureaux et autres lieux de travail ;

– Maisons de ferme ;

– par les clients dans les hôtels, motels et autres environnements de type résidentiel ;

- les environnements de type chambres d'hôtes

32. Ne laissez pas les enfants près de l’autocuiseur lorsque vous l'utilisez.

33. Ne mettez pas l’autocuiseur dans un four chaud.

34. Déplacez l’autocuiseur sous pression avec précaution. Ne touchez pas la surface chaude. utilisez les poignées et les boutons. Si nécessaire, sous protection.

35. N’utilisez pas l'autocuiseur dans un but autre que celui auquel il est destiné.

36. Cet appareil cuit sous pression. Des brûlures peuvent résulter de l'utilisation inappropriée de l'autocuiseur. Assurez-vous que l’autocuiseur est correctement fermé avant de le chauffer.
37. N’ouvrez jamais de force l’autocuiseur. N’ouvrez pas avant de vous être assuré que la pression interne est complètement retombée.
38. N’utilisez jamais votre autocuiseur sans ajouter d'eau, il en serait gravement endommagé.
39. Ne remplissez pas l'autocuiseur au-delà des 2/3 de sa capacité. Lors de la cuisson d’aliments qui se dilatent pendant la cuisson comme le riz ou les légumes déshydratés, ne remplissez pas l'autocuiseur à plus de la moitié de sa capacité.
40. Après la cuisson de viande avec peau qui peut gonfler sous l'effet de la pression, ne piquez pas la viande lorsque la peau est gonflée ; vous pourriez être ébouillanté.
41. Lors de la cuisson d’aliments pâteux, secouez légèrement l’autocuiseur avant d'ouvrir le couvercle afin d’éviter l'éjection de la nourriture.
42. Avant chaque utilisation, vérifiez que les soupapes ne sont pas obstruées, voir les

instructions d'utilisation.

43. N’utilisez jamais l'autocuiseur dans son mode pressurisé pour la friture profonde ou peu profonde d'aliments.
44. Ne touchez pas aux systèmes de sécurité au-delà des instructions d'entretien. Spécifiées dans le mode d’emploi.
45. Utilisez uniquement les pièces de rechange du fabriquant selon la référence du modèle d’autocuiseur. En particulier, utilisez un corps et un couvercle du même fabricant, indiqués comme étant compatibles.
46. Cet autocuiseur est uniquement alimenté par électricité tel qu’indiqué dans la spécification technique.
47. CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS.

Spécifications techniques :
Tension : 230 V, 50 Hz
Puissance : 1000 W
Pression d'utilisation : 60 kPA
Capacité utile : 6 L

- Ce logo apposé sur le produit signifie qu'il s'agit d'un appareil dont le traitement en tant que déchet rentre dans le cadre de la directive 2012/19/CE du 4 juillet 2012, relative aux déchets d'équipements électriques et électroniques (DEEE).

- La présence de substances dangereuses dans les équipements électriques et électroniques peut avoir des effets potentiels sur l'environnement et la santé humaine dans le cycle de retraitement de ce produit.

- Ainsi, lors de la fin de vie de cet appareil, celui-ci ne doit pas être débarrassé avec les déchets municipaux non triés.

- En tant que consommateur final, votre rôle est primordial dans le cycle de réutilisation, de recyclage et les autres formes de valorisation de cet équipement électrique et électronique. Des systèmes de reprise et de collecte sont mis à votre disposition par les collectivités locales (déchetteries) et les distributeurs.

- Vous avez l'obligation d'utiliser les systèmes de collecte sélective mise à votre disposition

CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS

Caractéristiques de votre Autocuiseur

C'est un autocuiseur, une mijoteuse et un cuit vapeur, tous dans un seul appareil facile à utiliser. Il dispose d'un panneau de commande numérique de pointe qui vous offre le contrôle total de la cuisson. Grâce au panneau de commande, vous pouvez définir le temps de cuisson précis, le mode de cuisson et la pression de cuisson. Pour plus de commodité, le cuiseur peut également être programmé pour un départ différé du début de la cuisson. L'autocuiseur dispose également d'un réglage Maintien au chaud qui peut être utilisé pour garder les aliments au chaud ou réchauffer les aliments cuits.

La cuisson sous pression est plus rapide que la cuisson sur une table de cuisson conventionnelle et, dans certains cas, encore plus rapide qu'un four à micro-ondes. La méthode de l'autocuiseur cuit 3 à 10 fois plus vite que la cuisson traditionnelle ! La cuisson sous pression est une méthode de cuisson idéale pour ceux qui s'inquiètent de la nutrition. Les aliments préparés dans l'autocuiseur conservent plus de vitamines que les aliments cuits par d'autres moyens. La cuisson sous pression ne nécessite aucune graisse et est donc plus saine pour votre cœur.

La Cuisson lente est une autre grande caractéristique de votre cuiseur. Elle attendri les viandes grâce à un processus de cuisson longue. La méthode de cuisson lente est un bon choix pour cuisiner de nombreux plats de gibier. Le temps de la cuisson prolongée permet une meilleure répartition des saveurs dans de nombreuses recettes.

La vapeur est l'une des méthodes les plus faciles pour faire ressortir toute la saveur des légumes et les faire briller d'une couleur intense. Lorsque les légumes sont cuits à la vapeur tous les nutriments restent dans les légumes, ce qui en fait une alternative plus saine aux autres méthodes de cuisson.

Apprendre à connaître votre autocuiseur

Bouton du régulateur de pression	se place en position « basse » en mode cuisson sous pression et en position « haute » en mode cuisson vapeur
Soupape flottante	dispositif de sécurité qui ne vous laisse pas ouvrir le couvercle tant que la pression n'est pas tombée à zéro
Cuve amovible	Capacité de 6 litres, amovible avec revêtement antiadhésif pour faciliter le nettoyage et en aluminium résistant pour le chauffage.
Réservoir de condensation	recueille l'excès de condensation pendant le processus de cuisson.
Joint en caoutchouc	crée le joint étanche qui est nécessaire pour la cuisson sous pression.
Soupape de pression de sécurité	permet à la pression de s'échapper si la pression de la vapeur est supérieure aux niveaux de fonctionnement sécuritaires
Bouclier régulateur	protège le régulateur de pression et est amovible pour permettre le nettoyage du bouton du régulateur de pression

Fonctions du panneau de commande :

La fonction Maintien au chaud réchauffe ou garde les aliments cuits au chaud pendant de longues périodes de temps.
La fonction Rissoler vous permet de dorer des morceaux de viande avant la cuisson sous pression pour une meilleure saveur
La Fonction Vapeur porte l'eau à ébullition rapidement pour cuire à la vapeur les aliments comme les légumes frais et pour la cuisson du riz.
La fonction Mijoteuse cuit vos recettes de cuisine très lentement pour conserver la saveur et la tendreté (minuterie de 30 minutes à 9 heures) Remarque : 80° C est le réglage le plus bas sur une mijoteuse traditionnelle. De nombreuses recettes à mijoter nécessitent 8 à 9 heures de temps de cuisson.

Avant la première utilisation

- Déballez complètement votre autocuiseur. Retirez tout le papier de l'intérieur des appareils.
- Lavez toutes les pièces amovibles à l'eau savonneuse. Rincez et séchez soigneusement toutes les pièces. Essuyez le corps principal avec un chiffon humide. N'immergez JAMAIS le corps principal dans l'eau ou tout autre liquide. N'utilisez JAMAIS le lave-vaisselle pour nettoyer les pièces.
- Assurez-vous que le joint en caoutchouc est bien installé à l'intérieur du couvercle. Pour assurer un remplissage correct, remplissez la marmite de cuisson amovible au 2/3 avec de l'eau et branchez le cordon d'alimentation sur prise de courant standard de 230 volts. Réglez la commande pour une pression pendant 15 minutes.
- Relâchez la pression en tournant le bouton de régulateur de pression à la position Vapeur. La soupape flottante chutera lorsque toute la pression sera relâchée.
- Laissez l'appareil refroidir à température ambiante, puis videz et nettoyez l'appareil.

UTILISATION

NE REMPLISSEZ JAMAIS LE CUISEUR A PLUS DES 2/3 DE LA CAPACITE TOTALE. CE NIVEAU EST INDIQUÉ SUR LA LIGNE SUPÉRIEURE A L'INTÉRIEUR DU CUISEUR, IDENTIFIÉ PAR LE MOT « MAX ». POUR LE RIZ ET LES LÉGUMES QUI GONFLENT PENDANT LA CUISSON, NE REMPLISSEZ PAS A PLUS DE 1/2 DE LA CAPACITÉ TOTALE.

Notice -Tous les réglages :

- Appuyez sur le bouton « Départ/Arrêt » pour effacer tout précédent programme avant de choisir un réglage. Vérifiez le capteur de température et le bouton de la cuve amovible pour vous assurer que ces zones sont propres.
- Le cuiseur passera en mode Maintien au chaud à la fin de chaque mode de cuisson, sauf en mode Rissoler.
- Si vous oubliez de programmer la durée de cuisson souhaitée ou oubliez d'appuyer sur le bouton « Départ/Arrêt », l'afficheur indique « 0.0 » après 30 secondes et les paramètres seront perdus. Répétez les étapes de fonction et chronométrage pour reprogrammer.

Réglage de l'autocuiseur

Avant d'utiliser votre autocuiseur à chaque fois, vérifiez le couvercle pour vous assurer que le joint en caoutchouc et la soupape régulatrice de pression sont propres et positionnés correctement.

1. Placez la cuve amovible dans le corps principal. Branchez la fiche du cordon d'alimentation dans une prise de courant standard.
2. Mettez les aliments à cuire sous pression dans la marmite de cuisson amovible, selon la recette ou l'illustration. Remarque : lors de la cuisson sous pression, vous devez ajouter à la plupart des aliments au minimum de 1 tasse (205 ml) de liquide.
3. Placez le couvercle à verrouillage autobloquant sur le corps principal et tournez-le dans le sens antihoraire jusqu'à ce qu'il se verrouille en place et que la goupille de verrouillage « s'enclenche ».
4. Tournez le bouton de régulateur de pression à la position « pression »
5. Choisissez le mode de cuisson désiré en appuyant sur le bouton pression sur le panneau de commande. Le témoin lumineux clignote et l'affichage digital indique « 20 » (1 minute de temps de cuisson)
6. Réglez la durée de cuisson souhaitée en appuyant sur le « + » ou « - », une fois pour chaque minute supplémentaire ou bien appuyez sur la touche de façon continue. Le temps de cuisson maximum est de 60 minutes.
7. Appuyez sur le bouton « Départ/Arrêt » pour démarrer la cuisson. Le voyant cesse de clignoter.
8. Le cuiseur commence le compte à rebours (en minutes) et la soupape flottante se soulève lorsque la pression appropriée de cuisson est atteinte. Lorsque la minuterie atteint zéro, le cuiseur 3 en 1 émet trois bips et passe automatiquement en réglage mode Maintien au chaud.
9. Lorsque la cuisson est terminée, attendez que la pression soit relâchée en utilisant la méthode « nature » ou immédiatement à l'aide de la méthode « libération rapide » ATTENTION : la vapeur chaude est éjectée dès que vous tournez le bouton du régulateur de pression - soyez prudent.

Remarque : la minuterie ne démarre pas le compte à rebours tant qu'une pression de vapeur suffisante n'est pas générée. Une fois la pression atteinte, le point précis dans l'indicateur d'affichage et de pression clignote.

Méthodes de dégagement de la pression

Méthode naturelle : une fois le cycle de cuisson terminé, appuyez sur le bouton « Départ/Arrêt » pour vous assurer que l'appareil est complètement éteint. Laissez l'appareil reposer et la pression descendre naturellement, ceci prend de 10 à 20 minutes. Après 20 minutes, tournez le bouton de régulateur de pression vers « Vapeur » par saccades pour vous assurer que toute la pression a été libérée.

Méthode de libération rapide : une fois le cycle de cuisson terminé, appuyez sur le bouton « Départ/Arrêt » pour vous assurer que l'appareil est complètement éteint. Tournez le bouton de régulateur de pression vers « VAPEUR » par saccades et laissez la pression s'échapper. ATTENTION : GARDEZ LES MAINS ET LE VISAGE ÉLOIGNÉS DES ÉCHAPPEMENTS DE VAPEUR CAR ILS SONT BRULANTS !

AVERTISSEMENT : ne tenez pas le bouton du régulateur de pression. De la vapeur/liquide chaud sera éjecté. Gardez vos mains et visage éloignés des orifices de vapeur et utilisez des maniques lorsque vous retirez la marmite ou touchez des objets chauds. Ne forcez jamais l'ouverture du couvercle, attendez que toute la pression soit relâchée. Le couvercle s'ouvre uniquement à partir du moment où toute la pression est relâchée. Retirez le couvercle en le soulevant loin de vous pour éviter d'être ébouillanté par la vapeur chaude.

Comment faire fonctionner la cuisson sous pression

Appuyez sur le bouton « Pression » une fois, l'écran affiche 20 ce qui signifie par défaut 20 minutes de pression. Réglez le temps de pression en appuyant sur la touche « + » « - » pour régler le temps de pression souhaité de 1 à 60 minutes. L'indicateur MINS sur le côté droit est en marche.

Comment faire fonctionner la cuisson lente

Appuyez une fois sur la touche « Mijoter ». L'afficheur indique 1.30, ce qui signifie que le temps de cuisson lente par défaut est de 1 heure et demie. Réglez le temps de cuisson en appuyant sur la touche « + » « -» pour régler la durée désirée de cuisson lente de 30 minutes à 9 heures. L'indicateur d'heure sur le côté gauche est en marche.

Comment faire fonctionner le cuit vapeur

Appuyez une fois sur le bouton « Vapeur ». L'affichage indique 15, c'est-à-dire 15 minutes pour cuire à la vapeur. Réglez le temps de cuisson en appuyant sur la touche « + » « -» pour régler le temps de cuisson à la vapeur de 1 à 60 minutes. L'indicateur MINS sur le côté droit est en marche. Appuyez sur Départ/Arrêt pour démarrer la cuisson.

Comment faire fonctionner Faire Rissoler

Appuyez sur le bouton « Rissoler » une fois, l'afficheur indique 20 minutes, c'est-à-dire 20 minutes pour dorer. Réglez le temps pour faire dorer en appuyant sur la touche « + » « -» pour régler le temps de cuisson souhaité de 1 à 30 minutes. L'indicateur MINS sur le côté droit est en marche. Appuyez sur Départ/Arrêt pour démarrer la cuisson.

Comment faire fonctionner le mode Maintien au chaud

Appuyez sur le bouton « Maintien au chaud » une fois, l'afficheur indique 60 minutes, c'est-à-dire 60 minutes de chaud. Réglez le temps en appuyant sur « - » pour régler le temps de chaud souhaité de 1 à 60 minutes. L'indicateur MINS sur le côté droit est en marche. Appuyez sur Départ/Arrêt pour démarrer la cuisson.

Instructions de nettoyage

NE lavez PAS les pièces de votre cuiseur 3 en 1 dans un lave-vaisselle. Lavez toujours soigneusement le cuiseur après chaque utilisation, ou s'il n'a pas été utilisé pendant une longue période.

1. Débranchez l'appareil de la prise murale et laissez-le refroidir avant de le nettoyer.
2. Lavez la marmite de cuisson amovible avec l'eau chaude savonneuse. Rincez et séchez soigneusement.
3. Essuyez le corps principal avec un chiffon humide. Si des résidus alimentaires restent, humidifiez le chiffon à l'eau savonneuse avant d'essuyer. Ne plongez JAMAIS le corps principal dans l'eau ou tout autre liquide. Essuyez la marmite fixe si nécessaire afin d'enlever tout produit alimentaire.
4. Si le réservoir de condensation contient de l'humidité visible, retirez-le en tirant vers le bas. Lavez-le à l'eau savonneuse. Rincez et séchez soigneusement. Rattachez-le au corps principal en poussant vers le haut pour le verrouiller en place.
5. Retournez le couvercle, saisissez le joint en caoutchouc de chaque côté et tirez-le vers le haut. Lavez le joint à l'eau savonneuse. Rincez et séchez soigneusement. Insérez le joint en caoutchouc en le poussant vers le bas à l'intérieur du bord du couvercle, en vous assurant que la rainure en « v » du joint est centrée dans la couronne de fil sur le couvercle. Remarque : si le joint en caoutchouc est mal positionné l'appareil ne fonctionnera pas normalement.
6. Après un certain temps le joint en caoutchouc peut se rétrécir, durcir ou autrement se déformer sous des conditions normales d'utilisation. Lorsque cela se produit, ou que d'autres dommages surviennent, n'utilisez pas l'appareil. Remplacez le joint en caoutchouc. Contactez le service pour obtenir des instructions.
7. Afin de maintenir les bonnes performances de votre autocuiseur, le fond de la marmite amovible doit être inspecté et nettoyé, si nécessaire, après chaque utilisation. Essuyez avec un chiffon doux humide et séchez soigneusement avant utilisation.
8. Rangez votre autocuiseur avec le couvercle reposant à l'envers sur la marmite amovible. Ceci protégera les soupapes, les boutons et le régulateur de pression du dessus du couvercle. Si l'appareil est rangé avec le couvercle fermé, des odeurs peuvent se former à l'intérieur.

Nettoyage du bouton de régulateur de pression

Vérifiez que le bouton de régulateur de pression et la soupape de sécurité sont en bon état de fonctionnement avant chaque utilisation. Pour nettoyer, veuillez suivre les instructions ci-dessous :

1. Lorsque l'appareil est refroidi, retirez le couvercle.
2. Enfoncez et tournez le bouton de régulateur de pression vers la droite, passez le réglage vapeur et soulevez délicatement, puis enlevez.
3. Retournez le couvercle et mettez-le sur une table. Sortez le bouclier du régulateur en le saisissant fermement avec un chiffon doux en soulevant vers le haut. À l'aide d'une petite brosse, vérifiez et éliminez les particules alimentaires qui peuvent s'être introduites à l'intérieur du bouclier du régulateur et de la soupape flottante. Repoussez le bouclier du régulateur à sa place.
4. Replacez le bouton de régulateur de pression en alignant les encoches jusqu'à la paroi intérieure de la chambre du régulateur de pression dans le couvercle, puis enfoncez et tournez vers la droite pour verrouiller.

Tables des temps de cuisson

Légumes :

Avant la cuisson sous pression des légumes frais, ajoutez 1 tasse d'eau et placez le panier à vapeur dans la marmite. Placez une couche de légumes sur le panier. Mettez le couvercle et verrouillez en place. Tournez le bouton du régulateur sur le mode de cuisson « Pressure », et faites cuire selon les temps indiqués ci-dessous. Retirez du feu et utilisez la « méthode naturelle » pour la libération de la pression. Retirez les légumes, ajoutez les assaisonnements désirés et servez. NOTE : pour les temps de cuisson de plus de 7 minutes, ajoutez une 1/2 tasse d'eau supplémentaire pour toutes les 5 minutes de temps de cuisson supplémentaires, de cette façon l'appareil ne portera pas à ébullition à sec.

légumes	Temps de cuisson
Artichaut	9 à 11 minutes
Asperges	1-1/2 à 2 minutes
Haricots, verts	2 à 3 minutes
Betteraves, petites	11 à 13 minutes
Brocoli	2 à 3 minutes
Tiges de brocoli,	3 à 4 minutes
Chou de Bruxelles	3 à 5 minutes
Chou, râpé	90 secondes
Chou, coupé en quartiers	3 à 4 minutes
Carottes, 5 cm	4 à 5 minutes
Chou-fleur, fleurettes	2 à 3 minutes
Céleri (tranches de 2,5 cm)	3 à 4 minutes
Épis de maïs	3 à 5 minutes
Aubergine (1,27 cm)	2 à 3 minutes
Oignons	4 à 5 minutes
Petits pois	2 à 3 minutes
Pomme de terre (tranches)	5 à 7 minutes
Pomme de terre (entière, petite)	5 à 8 minutes
Épinards	2 à 3 minutes
Courge d'automne (morceau de 2,5 cm)	4 à 6 minutes
Courge d'été (tranchée)	1 à 2 minutes
Patate douce (grande)	5 à 7 minutes
Tomates (en quartiers)	2 à 3 minutes
Tomates (entières)	5 à 6 minutes
Navets (tranchés)	1 à 2 minutes
Courgette (1,27 cm d'épaisseur)	2 à 3 minutes

Viandes :

Viandes	Temps de cuisson
Bœuf, porc, agneau (cubes de 2,5 à 5 cm)	15 à 20 minutes
Bœuf / veau : Rôti, poitrine (1,3 à 1,8 kg) Jarret, 1 à 2,5 cm d'épaisseur	 50 à 60 minutes 25 à 30 minutes
Boulettes de viande, dorées	40 à 50 minutes
Porc : Rôti de longe (1,3 à 1,8 kg) Crosse fumée Jarret de jambon	 40 à 50 minutes 20 à 25 minutes 30 à 40 minutes
Poitrine de dinde, entière	30 à 40 minutes
Poisson : Steaks, filets, 1,9 cm d'épaisseur 2,5 cm d'épaisseur 3 cm d'épaisseur 3,8 cm d'épaisseur	 4 minutes 5 minutes 6 minutes 7 minutes

Haricots :

Pour faire cuire des haricots frais, placez la quantité désirée de haricots au fond du cuiseur. Couvrez avec 5 à 7,6 centimètres d'eau. Mettez le couvercle et verrouillez en place. Tournez le bouton du régulateur à Pression. Quand la cuisson est terminée, relâchez la pression à l'aide de la méthode naturelle. Retirez les haricots, assaisonnez comme vous le souhaitez et servez. Vous devrez faire tremper les haricots, sauf indication contraire.

Haricots	Temps de cuisson
haricot Noir	9 à 11 minutes
pois chiche	10 à 12 minutes
flageolet	10 à 14 minutes
Lentilles, vertes françaises (ne pas tremper)	8 à 12 minutes
Lentille, rouge (ne pas tremper)	8 à 12 minutes
haricots rouge fins	10 à 12 minutes
Haricot en grain	11 à 14 minutes
soja	9 à 12 minutes

Méthodes de trempage pour les haricots

- Au cours de la nuit : placez trois tasses d'eau froide pour chaque tasse de haricots en grains triés, rincés dans un grand bol. Laissez à tremper dans un endroit frais pendant une nuit (ou 8 à 10 heures). Égouttez l'eau des haricots et rincez abondamment. Cette méthode réhydrate les haricots, en leur donnant une meilleure texture avec d'excellents résultats de cuisson.

Trempage rapide : si vous êtes pressé, un trempage rapide des haricots dans le cuiseur 3 en 1 fonctionne aussi bien qu'une nuit de trempage. Pour cette méthode, vous mettrez 4 tasses d'eau pour 1 tasse de haricots en grain triés, rincés. Ajoutez 1 cuillère à café de sel par tasse de haricots. Ne remplissez pas la marmite de cuisson à plus de la moitié, parce que les haricots peuvent écumer pendant la cuisson. Utilisez le réglage de pression recommandé dans le tableau. Verrouillez le couvercle en place, réglez la pression à élevé « HIGH » et programmez le temps de cuisson selon le tableau ci-dessus. Lorsque la cuisson est terminée, utilisez la méthode de relâchement rapide pour réduire la pression en tournant le bouton de régulateur de pression à Vapeur. Lorsque la pression est relâchée, ouvrez le couvercle, égouttez et bien rincer. Les haricots sont prêts à être ajoutés à votre recette préférée.

Trucs et astuces :

- Afin d'assurer la meilleure performance de cuisson en mode cuisson sous pression, assurez-vous toujours que la recette demande au moins 1 tasse (205 ml) d'eau ou autre liquide, ainsi suffisamment de vapeur pourra être générée pour créer la pression.
- En mode cuisson sous pression, si vous n'êtes pas sûr du temps de cuisson nécessaire, il vaut mieux sous cuisiner. Puis utilisez la méthode de la « libération rapide », retirez le couvercle et vérifiez la cuisson.
- Ne remplissez jamais la marmite de cuisson amovible à plus de la moitié avec des aliments ou à plus des 2/3 de la capacité totale avec du liquide. Le cuiseur doit avoir suffisamment de liquide pour produire de la vapeur sinon les aliments ne cuisent pas correctement.
- Si le cuiseur est branché avec d'autres appareils électriques sur la même prise électrique, une surcharge électrique peut se produire, provoquant le déclenchement du disjoncteur. Veillez à ce que l'autocuiseur soit branché dans une prise électrique 120 volts séparée.
- Les pièces de viande plus dures sont mieux adaptées, car la pression de la vapeur permet de briser les fibres dures dans la viande, ce qui la rend plus tendre et plus savoureuse.
- Les fruits frais doivent être cuits à basse pression.
- Lorsque vous cuisez des haricots en mode cuisson sous pression, ajoutez une cuillère à café d'huile à l'eau pour réduire la quantité de mousse.
- Les liquides qui contiennent de l'eau peuvent être utilisés en mode cuisson sous pression. Ils comprennent le vin, les bières, bouillons, jus de tomate et autres jus de fruits et de légumes. Le vin doit être mélangé à une quantité équivalente d'eau parce qu'il s'évapore rapidement pendant la cuisson.

Remarque : le point d'ébullition diminue au fur et à mesure que l'altitude augmente, et cela modifie les performances de votre cuiseur 3 en 1. En mode cuisson sous pression en altitude élevée, ce qui suit s'applique : à partir de 609 mètres ajoutez 5 % au temps de cuisson tous les 305 mètres supplémentaires. Exemple : à 914 mètres ajoutez 5 % ; 1219 mètres ajoutez 10 %: 1523 mètres ajoutez 15 % ; etc. N'oubliez pas, plus longtemps vous faites cuire, plus vous devez ajouter de liquide dans le cuiseur 3 en 1.

Dépannage

Si vous avez ajouté suffisamment d'eau ou autre liquide, et que la soupape flottante ne s'est pas levée après que la minuterie ait démarré le compte à rebours, effectuez les opérations suivantes :

1. Arrêtez le cuiseur en appuyant sur le bouton Départ/Pause.
2. Tournez le bouton de régulateur de pression vers la position Vapeur, par saccades, jusqu'à ce que la pression soit entièrement libérée.
3. Retirez le couvercle et ajoutez environ 1 tasse d'eau, de bouillon ou autre liquide. Remuez les aliments pour disperser le liquide ajouté.
4. Replacez le couvercle et verrouillez-le en place. Tournez le bouton de régulateur de pression à la position pression.
5. Appuyez sur le bouton de pression « + » ou « - » et réglez le temps de cuisson désiré.
6. Appuyez sur le bouton Départ/Pause pour démarrer la cuisson à nouveau.

Si la vapeur s'échappe sous le couvercle, le joint en caoutchouc peut-être être endommagé, défectueux ou mal positionné, veuillez alors suivre ces étapes :

1. Appuyez sur les boutons Départ/Pause.
2. Relâchez toute la pression en tournant le bouton de régulateur de pression vers la position vapeur, par saccades, jusqu'à ce que la pression soit entièrement libérée.
3. Retirez le couvercle et vérifiez le joint en caoutchouc pour déchirures, fissures ou autres signes de dommages.
4. Assurez-vous que le joint en caoutchouc est bien positionné.
5. Si la cuve amovible est remplie à plus de la moitié de la capacité totale par du liquide, retirez le liquide en excès. Replacez le couvercle et verrouillez-le en place. Tournez le bouton de régulateur de pression à la position pression. Appuyez sur le bouton Départ/Pause et poursuivre la cuisson.

Si vous ne pouvez pas ouvrir ou enlever le couvercle, veuillez suivre ces étapes :

1. Veillez à ce que toute la pression ait été libérée en tournant le bouton de régulateur de pression à la position vapeur.
2. Si le couvercle ne s'ouvre toujours pas, ramenez le contenu alimentaire sous pression en tournant le bouton de régulateur de pression à la position pression et appuyez sur le bouton Départ/Pause.
3. Relâchez complètement la pression tel que décrit à l'étape 1.
4. Si le couvercle ne s'ouvre toujours pas une fois que toute la pression est libérée, contactez notre service de satisfaction client.

THOMSON est une marque de Technicolor SA utilisée sous licence par SOPADIS

Ce produit est importé par :

SOPADIS - 12 rue Jules Ferry - 93110 Rosny Sous Bois